

www.gacetaunidad.com

 Gaceta-Unidad

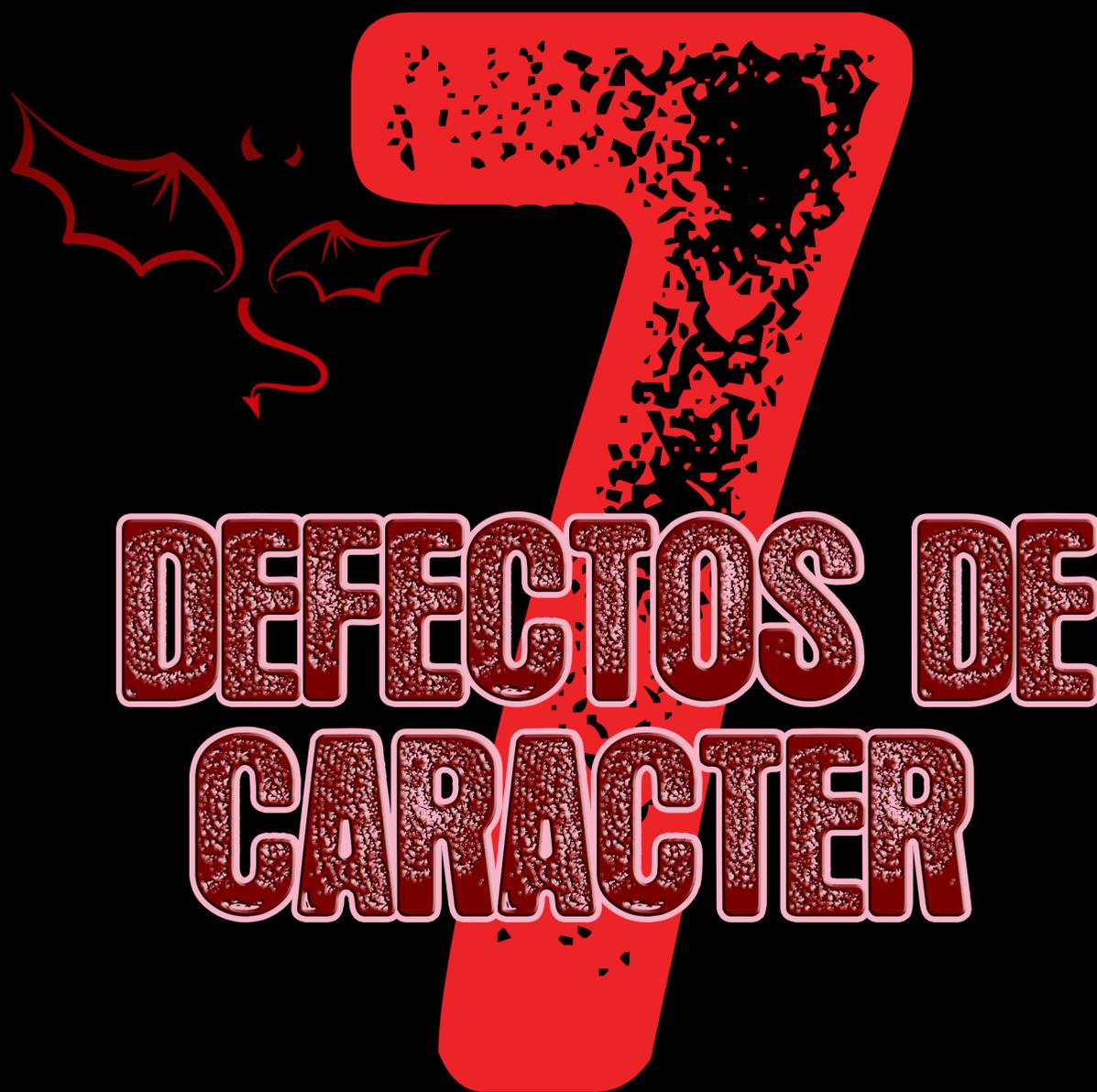
# unidad

POR LA UNIDAD EN EL TRABAJO DE LOS GRUPOS DE INVENTARIO

PUBLICACIÓN MENSUAL DE LA CENTRAL MEXICANA DE 4° Y 5° PASO

NÚMERO ESPECIAL

ESTA GACETA ES PARA LECTURA EXCLUSIVA DE PERSONAS QUE MILITAN EN UN GRUPO DE 4° Y 5° PASO



PÍDELA AL (0155) 5702 5330

## UN MANUAL PARA TODOS

### MANUAL DEL APOYO



Central Médica de 4º y 5º Paso A.C.

Este Manual está hecho para ti que haces posible la Experiencia Espiritual y que realizas el servicio más importante en la hacienda: **el apoyo a los escribientes.**

A sólo  
**\$20**

A sólo  
**\$15**

Mayoría



TE PUSIERON A DAR JUNTAS DE PREPARACIÓN Y NO SABES NI QUE DECIR, NI QUE LEER

A sólo  
**\$250**

Siete DVD's de dos horas cada uno una junta por DVD

A sólo  
**\$350**

Ocho DVD's que contienen las siete juntas de preparación con la previa preparación de cada junta y una entrevista introductoria.

Pídelas en:  
[contacto@cgacetaunidad.com](mailto:contacto@cgacetaunidad.com)  
Tel: (0155) 5702 5330



Antes de hablar de los pecados capitales, es necesario mencionar que los seres humanos tenemos instintos naturales y que, a través de la deformación de los mismos, es como surgen los defectos de carácter.

## Teoría de los instintos de Sigmund Freud

Como preámbulo queremos resaltar un punto de vista de la teoría de Freud donde la inercia es una la ley básica, “los cuerpos son inertes mientras no se expongan a las fuerzas que causan el movimiento”. Es decir, las fuerzas que animan a la naturaleza orgánica reciben el nombre de impulsos, traducido muchas veces como impulsos instintivos o instintos. De acuerdo con la concepción freudiana, estos impulsos son hereditarios, tienen por objeto la conservación de la vida individual y la conservación de la especie. Gracias a los impulsos de auto-conservación, esto es, que por los instintos el individuo logra adaptarse a la vida.

Programa de recuperación de A.A.

El 4º Paso dice: “*la creación nos dotó de instintos para un propósito, sin ellos no seríamos seres humanos completos (sexual, material, emocional y social) y ciertamente estos instintos son dones de Dios*”.

El 6º Paso refiere que estos instintos nos acompañarán toda nuestra existencia: “*No hay prueba en ninguna parte de que nuestro Creador espere que eliminemos totalmente nuestros impulsos instintivos. Hasta donde sabemos, no hay constancia de que Dios haya removido de ningún ser humano todos sus impulsos naturales*”.

## La deformación de los instintos

El 4º Paso nos dice: “*.....sin embargo, estos instintos tan necesarios para nuestra existencia nos dominan e insisten en dominar nuestras vidas. Cuando los deseos del hombre se descoyuntan, le ocasionan graves dificultades. No hay ser humano, por más bueno que sea, que esté exento de esto. Puede*

## 2 || LOS DEFECTOS DE CARÁCTER

decirse que casi todos los problemas emocionales son casos de instintos mal encausados". O sea que, nuestros instintos naturales se desvían de tal forma, que se convierten en defectos de carácter.

El mismo 4º Paso nos aclara: "para evitar confusiones acerca de las denominaciones de estos defectos, vamos a adoptar una relación universalmente reconocida de los principales defectos humanos, los siete pecados capitales: orgullo, avaricia, lujuria, ira, gula, envidia y pereza".

**Pero, ¿de dónde salieron estos defectos o pecados?, ¿quién los inventó?**

La lista de los siete pecados capitales, increíblemente no aparecen en la Biblia, estos fueron escritos en el año 375 d.C. por un monje cristiano llamado Evagrio Póntico, quien huyó de las tentaciones de Constantinopla a un pequeño monasterio en el desierto de Egipto. Es ahí donde escribió una lista de ocho terribles tentaciones que se le presentan al alma del hombre (gula, lujuria, avaricia, ira, tristeza, acedia, vanagloria, soberbia). La atención que se le dio a esta lista fue muy poca y sólo fue utilizada por él y los monjes de aquel convento.

En el año 590 d.C. el Papa Gregorio Magno redujo esta lista a siete, cambiando el nombre de tentaciones a pecados y los calificó como **mortales**.

Para hacer la reducción a siete, incluyó la vanagloria en el pecado de la soberbia. ¿Porqué siete?, este número era muy importante para la Iglesia, desde los

siete días de la creación, hasta las 7 colinas de Roma; de aquí la importancia que se le da a este número.

La envidia todavía no era uno de los pecados capitales, pero el Papa Gregorio Magno se dio cuenta que la envidia estaba más viva que nunca en el mundo, aunque había un problema para incluirla en la lista final: la tradición marcaba que debían de ser siete los pecados capitales, así que, juntó el pecado de la tristeza con el de la acedia y le llamó pereza, quedando así la lista como el día de hoy la conocemos: Soberbia u orgullo, ira, avaricia, lujuria, envidia, gula y pereza.

Los siete pecados capitales guiarían a la doctrina Cristiana en los siguientes 1400 años y el programa de recuperación de A.A. los tomaría como medida de la deformación de los instintos.

El mismo 4º Paso nos aclara porqué es tan importante darnos cuenta que nuestros instintos están deformados: "Sus defectos de carácter, que representan sus instintos desviados, han sido la causa primordial de su manera de beber y de su fracaso en la vida". Además, nos invita a investigar las causas de estas deformaciones si es que queremos corregirlas y dice: "descubriendo cuáles son nuestras deformaciones emocionales, podremos corregirlas".

Es por esta razón, que en esta *Gaceta Especial* encontrarás todos los defectos de carácter. Esperamos contar con su interés por estos temas, así como con su punto de vista, gracias.

## COMPARTIMIENTOS EN DVD

Con duración de dos horas cada uno

**Pídelo al  
5702 5330**

A sólo  
**\$30**

Comparte	Temas
Humberto G.	Liderazgo (2do. Simposium)
Humberto G.	Los Tres Gigantes del Alma
Humberto G.	Décimo Paso
Humberto G.	La razón por la que fuiste elegido
Humberto G.	Defectos de carácter
Humberto G.	Servicio
Humberto G.	Apadrinamiento
Humberto G.	Espiritualidad
P. Neftalí	7ma. Tradición
P. Neftalí	Procesos de fe



“¿Cómo caíste desde el cielo, estrella brillante, hijo de la aurora? ¿Cómo tú el vencedor de las naciones, has sido derribado por tierra? En tu corazón decías: Subiré hasta el cielo y levantaré mi trono sobre las estrellas de Dios, me sentaré en la montaña donde se reúnen los dioses, allá donde el norte se termina; subiré a la cumbre de las nubes, seré igual al Altísimo”. (Isaías 14: 12-13).

Este texto bíblico habla de la expulsión del maligno de los cielos, claramente nos explica que por la soberbia es que fue expulsado, al querer ser igual a Dios.

En el programa de A.A. aparece en el 4º. Paso lo siguiente: “Para evitar la confusión en las denominaciones de estos defectos, vamos a adoptar una relación universalmente reconocida de los principales defectos humanos, los siete pecados capitales: el orgullo, la

avaricia, la lujuria, la ira, la gula, la envidia y la pereza”. Aunado a lo anterior, este Paso nos dice: “El orgullo no encabeza esta relación por mera casualidad, porque el orgullo conduce a la tendencia que tenemos de tratar de justificar todos nuestros actos”.

Antes de vivir un inventario, creíamos que el orgullo era una virtud; cuántas veces nos vanagloriamos al escuchar que la gente decía que éramos muy orgullosos, o cuántas veces nos sentimos extremadamente orgullosos por algunos éxitos materiales, laborales o profesionales; el sentirnos superiores a los demás es algo que nos llena de fascinación, pero, cuando hacemos una sincera reflexión acerca de este defecto de carácter, dejamos de creer que es una virtud. El ángel más hermoso fue expulsado del Paraíso por este defecto y el programa de A.A. lo pone como el peor de todos los defectos de

carácter.

El orgullo puede llegar a destruir las relaciones más sinceras, ya sean de amistad o de pareja. Que terrible trabajo nos cuesta reconocer cuando nos hemos equivocado y aún más, cuando nos damos cuenta que debemos pedir una disculpa. En muchas ocasiones preferimos dejarlo así, arriesgándonos a que el problema crezca hasta el grado de no tener solución. A cuántas personas les aplicamos la fría

indiferencia, aún en aquellas situaciones en las que sabemos que somos culpables, esto nos puede llevar a perder amistades valiosas o relaciones familiares, todo por el ferviente amor propio.

Que tremendo es el miedo de subir a la tribuna y hablar de la verdad, inmediatamente llega el pensamiento: “¿qué van a pensar de mí?, tengo una reputación que cuidar”, es por esto que preferimos no subir, mentir o decir medias verdades. Al apadrinarnos, sabemos que la verdad nos hará libres, que la persona que nos está escuchando es un enfermo igual que nosotros y que al ser honestos encontraremos respuesta a nuestros problemas y sin embargo, en el colmo del orgullo, preferimos mentir para cuidar lo que los demás piensen de nosotros.

Decíamos que el orgullo nos conduce a cualquier clase de

justificación, creemos que es por las circunstancias que nos rodean que nos va mal en la vida y pensamos: si hubiera nacido en una mejor cuna, si no fuera por el padre que tuve, si mi pareja cambiara, todo es culpa del gobierno, Dios porqué no me escuchas y un sinfín de justificaciones más. ¿Tan difícil nos es reconocer que la situación económica por la que estamos pasando es a causa de nuestras decisiones equivocadas?, y que nosotros elegimos estar o no toda la vida con esa mujer de la que tanto nos quejamos o con el hombre que ahora vemos como malvado. Nunca se nos ocurrió que los que debíamos cambiar y hacer algo para arreglar nuestra situación éramos nosotros.

Después de varios años en el Grupo, podemos darnos cuenta que pensar que ya nadie nos

puede apadrinar, que nadie tiene la capacidad de entendernos o que nadie se ha recuperado tanto como nosotros, nos lleva a un estado de aislamiento en el cual nadie nos puede ayudar.

Hemos pasado mucho tiempo vanagloriándonos de nuestra propia rectitud y hablando pestes de aquellos que creemos no se han recuperado lo suficiente, autonombrándonos los cuidadores de la moral del Grupo o de nuestra familia.

Cuando tenemos esta actitud, además de quedar aislados y llenos de enemigos, comenzamos a pensar que la mayoría de lo que tenemos es gracias a nosotros y que a Dios le hemos permitido ser parte de nuestra vida. Cuando llegamos a este estado, lo único que podemos inspirar es lástima y

nos convertimos en individuos sumamente vulnerables al poder del mal, pues éste es el defecto favorito del maligno.

En este peligroso estado, si es que ya nos dimos cuenta de que estamos en él, no nos queda más que buscar la humildad de la que habla el Séptimo Paso: "Pidiéndole humildemente a Dios que nos libre de nuestros defectos", poniendo todo nuestro empeño para hacer lo que nos toca hacer en cada uno de nuestros problemas y dejar de culpar a los demás por ellos. Tenemos que buscar urgentemente el reconocimiento de qué y quiénes somos en realidad y de la pequeña parte que ocupamos en este gran proyecto de Dios, de esta forma reconoceremos quién es el que manda y aceptaremos ser dirigidos por Él.

## Guía de Apadrinamiento

Primer Inventario



Distribuido por la Central Mexicana de 4° y 5° Paso A.C.

## GUÍA DE APADRINAMIENTO

Segundo Inventario



Central Mexicana de 4° y 5° Paso A.C.

## GUÍA DE APADRINAMIENTO

Inventario de Niños



Central Mexicana de 4° y 5° Paso A.C.

En la Central Mexicana de 4° y 5° Paso podrás encontrar las más completas pero sencillas Guías de Apadrinamiento.

**Pídelas al: (0155) 57025330**

# LA IRA



De los siete pecados capitales (orgullo, avaricia, lujuria, ira, envidia, gula y pereza), se dice que el más mortal de todos es la ira, ya que es el pecado que incita a matar. De hecho en la primera lista de ocho tentaciones mortales que hizo Evagrio Póntico, catalogó a la ira como la más mortal de todas. Evagrio creía que el mayor daño de la ira era la manera en que cegaba a los hombres y escribió: “Un hombre airado no puede ver la luz y la oración de una persona iracunda, es una abominación”; por su parte el Papa Gregorio Magno escribió: “La ira es un lujo costoso que sólo hombres con un cierto ingreso se pueden permitir”. Incluso hay un mandamiento específico para este defecto: “No matarás” (Éxodo 20:13) y podemos decir que la manifestación más grande de la ira es la guerra. Así pues, en la Biblia aparecen historias distintas que nos muestran la ira del hombre: Caín sobre Abel, los actos iracundos de Moisés, la ira de Saúl sobre David, etcétera.

Estas historias nos dejan en claro que el sentimiento de enojo o coraje está dentro de nosotros, pero ¿qué sucede cuando ese sentimiento rebasa los límites y se convierte en ira?

La ira es el deseo violento de lastimar a otra persona, ya sea a golpes o verbalmente; como hemos

observado a través del análisis de los defectos, los seres humanos nacimos con instintos perfectos, que a la larga se fueron deformando hasta convertirse en defectos de carácter o pecados capitales, y son estos defectos los que nos llevan a alcoholismo o la drogadicción, en otros casos, también son causantes de la neurosis o la depresión. Entonces ¿qué es lo que le sucedió a un iracundo para volverse de esa manera? Los causantes de que un instinto perfecto se desvíe son muchos, aún en el caso particular de un iracundo, no obstante podemos citar las más comunes en este sentido:

Por lo general la ira es una deformación del instinto social, es decir, se deriva de las relaciones torcidas con otro ser humano. Un niño que ve la forma en que su padre golpea a su madre no genera otra cosa en su corazón más que odio y en su mente un profundo deseo de venganza, si a esto le añadimos que él también es golpeado y que por su corta edad no se puede defender, se presenta un cúmulo brutal de impotencia que, en algún momento, explotará como olla exprés.

En ocasiones el maltrato físico se extiende como maldición a la calle y a la escuela, ya que el niño agredido está lleno de temor, no se defiende, pero

esto no será por mucho tiempo. La violencia que ha rodeado la vida de este niño temeroso lo lleva a tomar una decisión: pelear o morir, así que, impulsado por el miedo más que por el valor, enfrenta a alguno de sus enemigos que regularmente son conocidos de la calle o de su escuela. Como el niño o adolescente tiene tanto temor y odio acumulado, seguramente tratará de desfogar esos sentimientos golpeando con todo a su enemigo, durante la pelea percibe el placer que produce la ira y se da cuenta que los de su alrededor lo miran con respeto, así que ha encontrado la solución a sus problemas, piensa que golpeando y gritando los demás le temerán y ya no será él quien tenga miedo.

Aunque principalmente este defecto se presenta en el instinto social, también una violación puede ser parte importante de esta deformación, ya que el miedo y el odio que se presentan en estos casos es tal, que igualmente la persona querrá venganza, lo mismo sucede en el instinto material, si por sus carencias fue humillado constantemente. Si bien estos dos últimos ejemplos citados no suelen ser determinantes para generar el defecto de la ira, sí pueden ser parte de las causas que lo formaron.

Como todos los defectos son malignos, las consecuencias de la ira son terribles. Una persona iracunda mantiene a su familia en constante temor, ya que todo lo soluciona a gritos, insultos y si va al extremo a golpes, la relación con sus amigos y compañeros de trabajo no es nada buena porque ellos saben que no se le puede decir nada en contra de su manera de pensar, porque atacado por el miedo a ser humillado se encolerizará en contra de ellos, sin importar que no tenga la razón.

El iracundo está sujeto a vivir este continuo círculo vicioso: se llena de rabia, insulta, grita, golpea, además siente placer cuando lo está haciendo y cuando la adrenalina se baja, se llena de sentimiento de culpa por lo que hizo, muchas veces pide perdón o trata de compensar su maltrato de muchas formas, pero, desafortunadamente, esta situación se vuelve a repetir una y otra vez.

Al final, por estas razones todos se alejan de él, lo excluyen de los círculos sociales, de reuniones familiares o de amigos, terminando así completamente solo, sumergido en la botella.

Estando en este estado, lo único que lo puede salvar es Dios, ya que sus propias fuerzas no son suficientes, así que una Experiencia Espiritual es la mejor alternativa.

Una vez que el iracundo vive una Experiencia Espiritual, es descubierta su deformación y Dios lo libera de sus miedos y resentimientos, además, el padrino le menciona cómo trabajar con los defectos y le indica que lo contrario a la ira es la paciencia, así que cada vez que tenga ganas de explotar, ahora puede acudir a Dios para que proporcione la calma que él necesite.

Lamentablemente, aún después de haber vivido esta Experiencia los defectos nos siguen afectando, así que es importante que la persona iracunda no descuide sus actitudes, las cuales seguirán presentándose de una manera más sutil e igualmente perversa.

El Sexto Paso nos dice: *“nadie quiere encolerizarse al grado de matar”*, es verdad que estando en un Grupo es muy difícil que se llegue a este extremo, sin embargo, el iracundo no estará exento de este tipo de pensamientos. Existe también el hecho de que el iracundo aproveche la tribuna para ofender y maldecir a aquel quien cree está mal; utiliza el sarcasmo nocivo, que es otra manera de manifestar la ira; si tiene cierto poder dentro del Grupo no podrá negar el placer deformado que se produce al regañar airadamente a un compañero. Así, con todos estos actos se sigue llenando de enemigos, y ahora no solo en la familia, sino también en el Grupo, lo peor de esto, es que la gente en vez de bendiciones le enviará maldiciones para su vida, el iracundo termina justificando estos actos diciendo que lo hace por el bien de los demás, ¡qué engaño!

Aunque el pensamiento del iracundo puede tratar de escudarse en la literatura, específicamente en el Décimo Paso que cuestiona: *“pero ¿qué hay de la ira que tiene `justificación`?, ¿no podemos molestarnos con las personas que se vanaglorian de su propia rectitud?”*, sin embargo, el Décimo Paso también nos aclara: *“para los que somos miembros de A.A., estas excepciones son peligrosas. Hemos descubierto que la ira justificada es sólo para aquellos que la pueden manejar”*. A nadie más que a los miembros de una agrupación nos conviene pensar que nosotros nunca sabremos manejar la ira y es mejor estar convencidos de que la ira justificada únicamente la puede manejar Dios. Por lo tanto, si el portador de este defecto está en este punto, es importante que se apadrine y retome los utensilios espirituales que le ayudarán a salir del problema, ya que la ira refleja que hay cosas que no puede manejar por sí mismo, por lo que tendrá que trabajar con estas herramientas espirituales y por consiguiente el defecto se verá disminuido.

# LA LUJURIA



La lujuria se puede tomar desde diferentes sentidos, según el estado o el comportamiento de la persona que quiera interpretar la misma. La palabra lujuria como tal, viene del latín *luxuria* que significa: abundancia, extravagancia y derroche. La lujuria también es conocida como uno de los siete pecados capitales o defectos de carácter según el programa de A.A. (orgullo, ira, **lujuria**, envidia, avaricia, gula y pereza). Pero esto va más allá de una explicación científica o teológica, es un problema que corroe el alma del ser humano y lo hace verdaderamente infeliz.

Esto parecería exagerado, pero no es así, a muchas personas y especialmente del sexo masculino cuando piensan en lujuria, llegan

a creer incluso que es una virtud, entienden que se refiere a la virilidad y a ser el número uno con las mujeres, pero están equivocados, la verdad es que la lujuria es un problema grave y lo peor es que no se percibe como tal. Nuestra intención no es ser moralistas ni mucho menos, solo queremos dar un punto de vista a nuestros lectores, que va más allá de consejitos sexuales.

De acuerdo al Cuarto Paso el deseo sexual es un instinto dado por Dios, es perfecto, necesario y que por supuesto tiene un propósito que es la procreación, por lo tanto, es absurdo que alguien tache de inmoral el instinto sexual.

En publicaciones anteriores

explicamos que el instinto sexual despierta a través de los cinco sentidos y este despertar se puede presentar de manera suave o dramática, es decir, puede ser con un juego sexual –por ejemplo dos pequeños jugando al papá y a la mamá ya sean primos, vecinos o hasta hermanos, y aunque en muchos casos no hay perversidad en estos juegos, si comienzan a conocer su cuerpo y el de alguien más- en algunas ocasiones si estos juegos siguen, se tornan cada vez más intensos y regularmente se comienzan a involucrar más “amiguitos”, la rapidez con la que crecerá la perversidad en estos juegos dependerá de la experiencia sexual que los participantes tengan.

En las circunstancias antes mencionadas, podemos decir que el despertar es suave y gradual, es decir va de menos a más. Pero que hay de aquel niño que es abusado sexualmente por alguien mayor que él y en los casos más dramáticos puede ser alguien de su propia familia, incluso alguno de sus padres, en este asunto la situación es grave ya que el niño sufre una imposición del instinto de manera violenta y por lo tanto cae la desgracia sobre él.

Si alguien recuerda en este momento su infancia y la manera en que su instinto sexual despertó, casi siempre encajará en cualquiera de los dos ejemplos antes mencionados, esto es que, fueron de menos a más o en el peor de los casos fue un abuso el que les mostró que existía el instinto sexual.

Dependerá mucho el futuro de la vida sexual de un individuo de la forma en que despertó su instinto sexual. Una vez despiertos a la sexualidad cada uno de manera diferente va buscando la forma de conocer más de este instinto, en este sentido los ejemplos que se podrían dar son muchos: el espiar a las personas cuando están desnudas, el conocer las revistas o películas pornográficas, la masturbación, etcétera, hasta llegar a las relaciones sexuales.

En lo que se refiere a las revistas y películas pornográficas, en la actualidad aunado a la facilidad para adquirirlas y verlas (en internet por ejemplo) es tal la variedad y perversidad que se maneja en ellas, que la enfermedad del ser humano en lo referente a lo sexual ha aumentado de una manera aterradora, ya que todas las imágenes vistas en revistas o películas se quedan registradas en la mente (fijaciones) y el individuo busca llegar a hechos parecidos o iguales a los observados. Muchos pueden objetar lo antes mencionado y más si son aficionados a ellas, llegan incluso a llamarlas "arte", pero el ver niños y animales participando en estas películas o ver violaciones grabadas en el momento que están sucediendo no tiene nada de arte. Incluso en las que se observa una

pareja teniendo relaciones "normales" se pueden crear trastornos tales, que la persona no hace más que estar pensando todo el día en tener sexo, y la curiosidad se convierte entonces en ansiedad.

Con todo esto, el instinto sexual tan necesario para nuestra existencia, insiste en dominarnos y dominar nuestras vidas, llega un momento en el que ya no tenemos el control del mismo, sino que el instinto nos controla a nosotros, es ahí cuando decimos que nuestro instinto sexual está descoyuntado.

Cuando esto ocurre, los riesgos son demasiado grandes ya que no hay límite para el desarrollo de la enfermedad y el afectado puede llegar a hacer cualquier cantidad de cosas para "satisfacer" su instinto deformado, como la obsesión por masturbarse, utilizar objetos, lastimar o ser lastimado en el acto sexual, sexo anal, sexo oral, sexo con varias personas a la vez (orgías), etcétera., y lo más grave de esto, es que nunca encontrará satisfacción verdadera, en algunos casos el individuo se arriesga a hacer más cosas, convirtiéndose esto en un círculo vicioso que lleva a la persona a degradarse y perder cualquier respeto por sí mismo y por los demás, pudiendo llegar al extremo de desear o tener relaciones con todos y con todo ya sean niños, ancianos, animales, personas de su mismo sexo y demás, esto es la lujuria.

Muchos que no han tenido relaciones sexuales o las tienen de una manera que ellos consideran normales, creen que no tienen ningún problema en este aspecto, cabe mencionar, que la enfermedad no solamente se califica por los hechos sino también por los pensamientos, ¿cómo cuáles? pensara el lector, por mencionar algunos: no es normal que una persona esté pensando en qué se sentirá tener sexo con su madre o con su hermana o si es mujer con su padre o su hermano; otro caso es el estar deseando sexualmente a las parejas de sus amistades; incluso tener sueños eróticos con personas conocidas o la ilusión de que algún

día realizarán todo lo antes visto en una película o revista.

La lujuria puede llegar a extremos inimaginables y es por eso que el negocio del sexo es tan productivo, pero bien valdría la pena hacer un buen examen de conciencia y un análisis sincero de nuestra vida sexual desde que tenemos uso de razón hasta la actualidad. Pensará el lector que para esto fue su inventario, y así es, pero aun después de que una persona tiene una Experiencia Espiritual si se descuida, la lujuria volverá a tomar fuerza incluso puede llegar a pensar y hacer cosas peores que antes de su inventario.

Por eso es importante que una persona observe cómo es su comportamiento sexual en estos momentos, llegando a la conclusión de la intranquilidad que estos hechos le producen. En ocasiones se llega a pensar que se puede hacer lo que se quiera mientras no se afecte a otras personas, pero, ¿en verdad no se está afectando a nadie?, las infidelidades, el ir con prostitutas u otros ejemplos que se pueden dar, no sólo afectan al individuo, sino a sus respectivas parejas.

Es por eso que el Sexto Paso hace hincapié en los defectos que aún no se quieren dejar porque causan placer, pero la lujuria no es un instinto, es la desviación del mismo y bien vale la pena comenzar a hacer algo con ella antes de que ocurra una desgracia, como la infección de SIDA o alguna otra enfermedad de transmisión sexual, la ruptura de un matrimonio, llegar a cometer una violación, hasta o dañar a alguien de su propia familia por la búsqueda egoísta de satisfacciones sexuales.

No hay poder humano que pueda controlar a la lujuria, ya que una obsesión es una posesión y el único que puede liberar a un ser humano de esa fatal obsesión es Dios, así que lo mejor será que la persona que tiene este padecimiento confiese sus deslices (apadrinamiento) y le pida ayuda a Dios para su liberación, de otra forma seguirá condenada a este terrible defecto que lo desgastará hasta la misma muerte.

# LA AVARICIA



Sin bienes, pero más aún sin la existencia del dinero, el defecto de la avaricia no sería tan común en nuestro mundo, por lo tanto, comencemos con esta pregunta: ¿qué es el dinero?

Podemos decir que el dinero es cualquier cosa que los miembros de una comunidad estén dispuestos a aceptar como pago de bienes o servicios. Desde tiempos remotos el hombre ideó sistemas para dar valor a las cosas y poder intercambiarlas, primero se utilizó el trueque y luego surgió el dinero. Las conchas marinas, las semillas de cacao, las piezas de ámbar, marfil o jade, las cuentas ornamentales, los clavos, la sal, el ganado vacuno, éstos y cientos de otros objetos más, alguna vez sirvieron como medios de pago, sobre todo, antes de inventarse la acuñación de monedas. Sin embargo, aún después de que las monedas fueron inventadas, en los pueblos antiguos no siempre llegó a desplazarse a los objetos totalmente. Si hoy hablamos de salario,

es porque en un tiempo los soldados de la Antigua Roma recibían su paga en sal.

Es muy claro entonces que el dinero lo inventó el hombre, siendo así, porqué le hemos dado un valor casi divino, muchos aman tanto el dinero, como si de él dependiera su propia vida. Esta manera de pensar puede parecer muy ilógica para una persona que no padece el defecto de la avaricia, pero si vemos las tenebrosas raíces que deformaron su instinto perfecto, hasta convertirlo en un defecto de carácter, podremos entender el sufrimiento que se vive en ese estado.

En el Cuarto Paso del programa de A.A. en su primer párrafo nos indica que el instinto material es perfecto, justo y necesario, además de ser un don de Dios. Incluso nos pone un ejemplo diciendo: "Si los hombres y las mujeres no se esforzaran por su seguridad personal, ni hicieran ningún esfuerzo

para cosechar sus alimentos o construir su hogar, no sobrevivirían”.

Es muy cierto que nacimos con abundancia de deseos y que éstos nos van hacer progresar en la vida, pero, qué pasa cuando vemos que esos deseos que tenemos desde niños no se cumplen mientras que los de los otros sí. Podemos recordar la casa en la que muchos alcohólicos vivimos cuando niños, la miseria que se respiraba, ese aroma a alcohol impregnado en las paredes a causa de nuestro padre alcohólico, las veces que vimos a nuestra madre pedir dinero prestado para poder mantenernos y las ocasiones que nos quedamos con hambre antes de dormir.

Todos estos problemas deforman nuestro instinto material, el Cuarto Paso nos dice: *“Sin embargo estos instintos tan necesarios para nuestra existencia, nos dominan e insisten en dominar nuestras vidas”*. En algunas personas los hechos del pasado generan tanto miedo, que comienzan a acumular dinero, y tienen pensamientos como: Debo acumular dinero para mi vejez, tengo que ahorrar para una emergencia, si gasto se me va a acabar, la miseria del pasado puede regresar, porque dar diez si puedo dar cinco, etcétera. El avaricioso crea necesidades ficticias para justificar su mezquindad. Muchos llegan al grado de no gastar ni en ellos mismos, usan su misma ropa de hace años, no se atienden médicamente, ni se alimentan bien, por eso es que en los grupos se dice que una mujer aguanta todo, menos a un miserable. Pero este defecto ataca tanto a hombres como a mujeres, hemos visto mujeres despojando del control económico a su marido para ser ellas quienes guarden el dinero y decidan cuando se gasta y cuando no, manteniendo su hogar en un constante conflicto económico y en lugar de ser una bendición en su familia son una profunda maldición.

El avaricioso cree que cuando tenga una cantidad considerable de dinero tendrá tranquilidad, el

problema, es que la cantidad sea cual sea, nunca será la considerable para vivir en paz, entre más tienen más quieren; por eso podemos decir que la avaricia es un apego desordenado a los bienes terrenales.

Pero, ¿cuáles son las consecuencias de estos pensamientos y actitudes?, el programa de A.A. nos dice que estás personas llegan a alejarse de su familia y amigos, con tal de no gastar, así que la primera consecuencia es la soledad. Pero la soledad no sólo es en el sentido social, sino que, al servir a su dios el dinero, se alejan de su Creador. Y al final corren el riesgo de terminar amargadas y llenas de enfermedades, que ni con todo lo acumulado las pueden sanar.

Qué hacer si sabemos o acabamos de detectar que tenemos el defecto de la avaricia. Cualquier defecto se contrarresta con una virtud, en el caso de la avaricia, es la generosidad; no solo hay que comenzar a dar en el sentido material, sino también en lo espiritual, al ir a la hacienda para apoyar a otro ser humano estamos dando tiempo, dinero y esfuerzo, es por ahí donde se puede comenzar a atacar este defecto.

Lo más importante de todo esto, es que si pretendemos alcanzar la alegría de vivir que nos promete el programa de recuperación, debemos comenzar a creer que Dios es el dueño de todo, que es nuestro nuevo patrón y que siendo todopoderoso nos proveerá de todo si permanecemos cerca de Él y hacemos bien su trabajo. Si vemos con claridad que todo en esta vida es temporal, ya que nada nos hemos de llevar, comenzaremos a tener paz y la obsesión por el dinero se irá de nuestras vidas.

El paso doce nos dice: *“La ambición verdadera no es lo que creíamos que era. La ambición verdadera es el deseo inmenso de vivir útilmente y de caminar con humildad al amparo de la gracia de Dios”*.

## RADIO PARA LLEVAR

CD con 14 y 15 programas mp3  
con duración de una hora cada uno

**Pídelo al 5702 5330**

**\$50**

**VOLVER  
A VIVIR RADIO**  
LA RADIO DEL 4º Y 5º PASO  
TRANSMITIENDO ESENCIA

# LA ENVIDIA



¿Qué tiene aquel que no tenga yo?, es una pregunta que por lo menos una vez en la vida nos hemos hecho y que surge al compararnos; el observar que somos diferentes a alguien más, nos genera un gran malestar que nos lleva a querer ser iguales o aún mejores que ese alguien con quien nos comparamos. El resultado de esto nos produce muy poca felicidad, ya que siempre existirá alguien más por quien nos volvamos a preguntar: ¿qué tiene aquel que no tenga yo?

Esta situación tan cotidiana y tan común es provocada por el vergonzoso defecto de la ENVIDIA.

La envidia, cuya raíz etimológica *in-video* significa mirar con malos ojos o mirar torcidamente, se refiere al deseo incontrolado de poseer un bien ajeno; entre los valores

más envidiados se encuentran: el prestigio, el dinero, el poder, el status profesional y las posesiones materiales. Cabe mencionar, que no se envidia a todo el mundo, este sentimiento sólo se produce al existir una relación cercana con la persona envidiada, o bien, se da con la gente que convivimos.

Este defecto muchas veces nos lleva a competir con otra persona para poder poseer más de lo que él tiene o para ser más reconocidos. Este malestar nos lleva a planear una estrategia para lograr convencer a los demás de que somos los mejores. El problema aquí es que la estrategia se basa en desprestigiar al otro, para entonces, obtener el reconocimiento que consideramos merecido,

La envidia es un sentimiento tan antiguo como el hombre, solo basta

recordar los pasajes bíblicos de Caín y Abel, de Jacob y Esaú, o la parábola del hijo prodigo, entre otras, para ejemplificar este defecto. Además de los pasajes, las enseñanzas y las parábolas bíblicas, el ser humano ha plasmado a lo largo de la historia en distintos textos, dichos populares, cuentos infantiles, obras literarias, políticas, psicológicas, etcétera la presencia de la envidia en nuestro diario vivir, y en ellas también se ha observado una transformación del propio concepto y de la percepción que se mantiene con respecto a ella.

Este defecto de carácter ha sido asociado al tradicional “mal de ojo” de las sociedades pasadas, a monstruosas figuras creadas por los griegos, a amargas experiencias humanas a las que Jesucristo hace alusión en sus parábolas y que incluso, en el sentido

religioso, produjo una gufa moral o mandamiento: “no codiciaras” debido al sentimiento y las consecuencias que produce.

Pese a todo lo antes mencionado, en el ser humano aún permanece un sentimiento oculto, que constantemente lo lleva a pensar “*qué va decir la gente*”, y que hace inadmisibles la envidia en él, pues el hecho de reconocernos como envidiosos, implica reconocernos como inferiores a aquellos a quienes envidiamos.

Como ya se dijo, la envidia es una pasión que se refiere a la sensación de descontento con respecto a las ventajas de otras personas, que lleva a desear lo que no se tiene y a compararse con los demás, y es en esta comparación donde se desea estar en el lugar del otro para disfrutar de su goce, para tener lo que el otro tiene o para sentirse como el otro se siente. Pero, ¿de qué manera se manifiesta la envidia?, ¿qué pasa cuando sentimos que alguien nos ha robado lo que nos pertenece, cuando alguien vive o tiene cosas que no creemos que merezca, cuando alguien amenaza nuestro lugar en la sociedad?; de inmediato nos sentimos intimidados, nos genera un profundo malestar, intranquilidad, tristeza y dolor, que después se convertirán en un deseo por la desgracia de “aquellos quienes provocan nuestro sufrimiento”.

A partir de esto, la envidia se manifiesta de dos formas: la primera, donde debido al sufrimiento la persona es capaz de paralizarse y sumergirse en una depresión, provocando el aislamiento de su sociedad para evitar el dolor, vive un desgano, una profunda conmisericordia por pensar que se le ha robado lo que le pertenecía, por no aceptar la realidad y por una profunda frustración. Y la segunda, donde este sentimiento lo empuja a alcanzar mediante el esfuerzo y la competencia el bien o los bienes deseados intentando incluso desplazar al envidiado, valiéndose de

distintos medios para lograrlo, tales como intentar rebajar a una persona a través del chisme y de la crítica a un nivel al que considera debe estar, intenta anularlo e incluso busca venganza, causando conflictos y controversias, sus pensamientos son: “para que se le quite, para que sienta lo que me ha hecho sentir, porque él no lo merece”.

Aunque estas formas de manifestarse son distintas, ambas producen sentimientos de tristeza, odio y deseo de venganza, llevan a la falta de amigos, amor, respeto y por lo tanto, a la miseria espiritual.

El defecto de la envidia no tiene límites, debido a que se produce diariamente, en cualquier sitio, a cualquier hora y en los distintos aspectos de nuestra vida y aunque, en un momento se disfrute, nos cause satisfacciones o se vuelva un placer deformado, ver el fracaso de los demás genera graves estragos en el interno y es aquí cuando estas satisfacciones resultarán efímeras. Día a día se viven distintas y múltiples situaciones que pueden ejemplificar este defecto, entre las cuales encontramos:

La familia, cuando desde pequeños se nos compara con alguien (primos hermanos, tíos, etc.) y vivimos intentando competir y ser reconocidos como a ellos los reconocen a costa de lo que sea: crítica, chismes, intrigas, etcétera, sin tomar en cuenta sus sentimientos y las consecuencias que estos actos generan; nos volvemos celosos y no podemos disfrutar de las alegrías y logros que tienen; nos vemos prontamente aislados del entorno familiar, atormentados por el odio o el sentimiento de culpa. Por lo tanto, vivimos frustrados, porque al final no disfrutamos nuestros propios éxitos, porque siempre habrá alguien más con quien nos comparemos y a quien consideremos mejor que nosotros o lo veamos como una amenaza o un enemigo. La envidia va desde las relaciones de pareja, el campo laboral o escolar, hasta nuestras

relaciones con los amigos.

Otro ejemplo, es cuando vemos a alguien que llama la atención por su apariencia y se enciende en nosotros un gran deseo de ser igual o mejor que esa persona, podemos recurrir a las compras compulsivas para adquirir seguridad y ese mismo prestigio que el otro tiene, sin embargo, al vernos creemos que no lucimos igual y hablamos mal de aquella persona para que vean los demás que no es lo que parece. A pesar de nuestras críticas, la gente sigue admirando a esa persona, y en nosotros vuelve la frustración y la infelicidad.

Así que, tarde o temprano debemos aceptar nuestra realidad, aceptar que esto nos conduce a la desgracia, a observar que “no somos dueños de nosotros mismos cuando sentimos envidia de las cualidades de otro, cuando nos duelen los éxitos de los demás o nos alegramos de sus fracasos, cuando nos entristece que hablen bien de otros, en fin, cuando es la envidia la que dirige nuestros actos con los demás”.

Al darnos cuenta que Dios nos había dotado de instintos para un propósito y que a través del defecto de la envidia no cumplimos ninguno, sentimos un vacío que nos hace sentirnos indignos ante Dios, porque nuestra relación con Él depende de nuestra relación con los demás, entonces, no queda más que derrotarnos para poder ver con claridad quiénes somos realmente y qué cualidades poseemos para poder disfrutar lo que tenemos y lo que vivimos, para entonces poder practicar la caridad, el desprendernos de lo material y lo espiritual, es decir, dar sin esperar recibir, para poder obtener a pesar de nosotros mismos, satisfacciones que perdurarán largo tiempo y así olvidarnos de preguntar a cada instante ¿qué tiene *aquel que no tenga yo?* y comprender que todos somos distintos y que Dios nos ha dotado a cada quien de distintas cualidades y al fin observar todo lo que tengo yo.

# LA GULA



Un filósofo escribió: “Al igual que la neblina oculta los rayos del sol, consumir alimento en exceso nubla la mente”; la gula es una obsesión donde la comida es el objeto de nuestro placer y una persona que padece este defecto, muy contrario a lo natural, vive para comer y no come para vivir.

El Cuarto Paso nos dice: *“Comemos bebemos y arrebatamos más de lo que necesitamos con el temor de que no nos toque lo suficiente”*.

Analizando lo antes comentado, nos damos cuenta que el principal detonante de los defectos es el miedo y la gula no es la excepción, en el caso de este defecto el miedo primordial es a no volver a comer igual, a que alguien coma más que nosotros o a no quedar satisfechos, sin embargo, recordemos también lo que indica el Sexto Paso en una de sus partes: “nadie quiere ser tan glotón que arruine su salud”, entonces nadie que padece este defecto desea tenerlo, así que la respuesta a esta deformación, como siempre, está en el pasado.

Uno de los problemas principales que impide atacar este defecto, es que no parece ser tan grave, incluso a algunos les parece cómico hasta que les ocasiona problemas de salud, lo más extraño, es que aunque muchos lo ven como un defecto menos indigno, la mayoría de las personas que lo portan, no lo saben o no lo reconocen, por eso, para dejarlo más claro he aquí el testimonio de una compañera que padece este terrible

mal:

*“Desde que tengo uso de razón, mi mamá siempre cuidaba lo que comíamos mi hermana y yo, y nos decía: “¿vas a comer más, todavía no te llenas?”, justificaba su actitud mencionando que a las mujeres gordas nadie las quiere. Cuando mi madre veía a alguien con sobrepeso decía que estaba muy feo, como esto se repitió durante muchos años, se quedó grabado en mi cabeza (fijación).*

*Al no poder comer lo que queríamos, mi hermana y yo por la noche esperábamos que mi mamá se durmiera y nos parábamos a escondidas para comer, esto se agudizó a tal grado, que sacábamos la comida fría del refrigerador y nos la comíamos así, si no había comida, entonces agarrábamos pan o lo que se nos atravesara. En una de tantas escapadas a comer por la noche, mi mamá nos descubrió, recuerdo que se puso como loca, nos gritó e insultó, pero esto no impidió que lo siguiéramos haciendo, solo que ahora con más miedo. Recuerdo que nos encantaba ir con mi abuela, porque nos dejaba comer de todo y nosotros por supuesto aprovechábamos, mi mamá siempre le decía que ya no nos diera de comer, porque nos íbamos a poner gordas. Después, cuando entré a la secundaria en la tarde, por las mañanas comía lo que quería, ya que mi mamá no estaba, y en la noche seguía esperando a que se durmiera para asaltar la cocina.*

*Las cosas empeoraron cuando en la secundaria conocí a una amiga con las mismas ideas que mi mamá, entonces me sentía vigilada no sólo en mi casa, sino también en la escuela y me tuve que esconder de ella para comer. Siempre me hicieron sentir que comer era malo, pero como a mí me gustaba mucho, lo tenía que hacer siempre a escondidas, esto se convirtió en una tortura constante, siempre tenía ganas de comer, pero tenía miedo que me vieran comer, comía a escondidas y después me sentía culpable por haberlo hecho.*

*Me di cuenta que mi amiga comía y vomitaba para no subir de peso, esa idea me pareció perfecta y lo comencé a hacer, esto lo practiqué varios años y sentía que daba resultado. Todo siguió igual, hasta que tuve un novio que también comía mucho, me encantaba ir con su familia, porque ellos veían con gracia si alguien*

*comía en exceso, lo mejor era que a él no le molestaba la forma en que yo comía, para mí era la relación perfecta.*

*Aunque según yo todo estaba de maravilla, me daba perfectamente cuenta que había subido de peso y me sentía muy culpable, entonces probé mil y una dietas, desde las tradicionales, hasta las más estúpidas, como poner un arroz crudo remojando toda la noche por cada kilo que quisieras bajar. Lo único que las dietas provocaron fue que subiera más de peso, porque la ansiedad aumentaba. Yo no sabía que mis conflictos emocionales contribuían a que este problema aumentara cada vez más, lo peor de todo, es que la comida para mí ya no tenía sabor, daba igual comer salado que dulce o mezclado no importaba, aun terminando de comer pensaba en qué comería después, esto lo comparo con la obsesión del alcohólico por beber.*

*Después de un tiempo, conocí la marihuana, lo que más me agradaba de fumarla era el bajón, por el hambre que se siente, pero más aún, porque la comida me sabía deliciosa como hace mucho no me sabía, lo mejor de todo, es que no sentía culpa, parecía nuevamente que había encontrado la solución. A la fórmula de la marihuana le añadí una más, comencé a fumar tabaco en demasía y sólo hacía una comida al día, así, cuando me drogaba comía hasta saciarme sin sentir culpa, esto por supuesto hizo que comenzara a perder peso. -¡BINGO!- pensé, definitivamente había encontrado la solución.*

*Sentía que ya lo tenía todo, una familia que no le importaba cómo comiera, un novio que aceptaba mi forma de comer y de drogarme, y adelgazaba constantemente; pero un día, ese novio me dejó por otra mujer más delgada, entonces lo perdí a él y a su familia, fue así como se reforzaron todas las ideas que mi mamá y mi amiga me habían inculcado: "los hombres las prefieren delgadas, a las gordas nadie las quiere". Regresé a mi casa deprimida y aún con sobrepeso, a escuchar nuevamente los reproches de mi madre.*

*Siempre creí que para adelgazar tenía que hacer un esfuerzo de dos o tres meses y después podría seguir comiendo igual que antes, jamás pensé en la disciplina o en aprender a comer, creía que eso era un mito y llegué a pensar que todas las mujeres padecían el mismo problema que yo, por lo tanto creí que todo esto era normal.*

*Después de haber vivido mi Experiencia Espiritual la ansiedad por comer bajó mucho y descubrí que cuando tenía problemas, la forma en que los quería olvidar era comiendo, pero nunca pensé que tenía el defecto de la gula. Desafortunadamente, después de una Experiencia los problemas seguían y al no tener conciencia del*

*defecto que portaba, la manera compulsiva de comer, regresó. Sentía que no podía más, todo el tiempo me la pasaba comiendo, incluso tenía pesadillas, en ellas veía cómo entraba comida por mi ventana y en ocasiones despertaba por las noches e iba a buscar comida a la cocina, comía algo y me regresaba a la cama. Volví a buscar esas dietas milagrosas, como la acupuntura, pero la ansiedad se desató como nunca antes, lo peor, es que ya había vivido una Experiencia Espiritual, ¿ya qué me podía salvar?*

*No sabía por qué me ocurría esto, creí que ya no había salida, hasta que en un apadrinamiento me sugirieron que meditara el porqué de mi forma de comer, es decir, cuándo o en qué ocasiones comía más, no fue nada agradable hacerlo, pero solo así descubrí varios de los problemas que me llevaban a comer sin control. Posteriormente, en otro inventario vi con mayor claridad que cuando debía enfrentar un problema comía, y fue en ese inventario que me detectaron el defecto de la gula, así que este problema no podía ser tratado con una simple dieta o con intentar comer menos, era un defecto de carácter y como tal debía ser trabajado.*

*La sugerencia fue orar por ese problema en específico, pidiéndole ayuda a Dios para poder sentir el momento en que debía parar de comer, esta oración la hacía en la mañana, en la noche y antes de cada comida, pidiéndole también a Dios poder diferenciar y disfrutar los sabores de cada comida, por supuesto, comenzó a surtir efecto, pero me di cuenta que no tenía la capacidad de contar o equilibrar los alimentos por mí misma, así que me sugirieron buscar la ayuda de un nutriólogo y para encontrar al nutriólogo correcto me sugirieron nuevamente hacer oración, pidiéndole a Dios que me pusiera con la persona correcta y también le pedí ayuda para poder entender lo que el nutriólogo me decía.*

*Si bien no he logrado llegar a mi peso ideal, con la ayuda de Dios, mis padrinos y el nutriólogo, hoy he comenzado a disfrutar la comida y a moderarme al hacerlo, he encontrado, ahora sí, una verdadera solución para salir de este problema, no es fácil ni rápida, como siempre lo creí, pero sí muy efectiva".*

*Al leer la historia de nuestra compañera, nos damos cuenta que por su supuesto se necesita la ayuda de Dios, pero en ocasiones también la del hombre, en este caso el padrino y el nutriólogo. La gula es un problema que, si descuidamos, nos llevará a la diabetes, hipertensión u otros problemas de salud, así que, lo primero es reconocer que padecemos este mal para después buscar la ayuda de Dios a través de la oración y nuestro padrino, y si es necesario acudir a ayuda profesional.*

# LA PEREZA



La pereza se considera frecuentemente el menos grave de los pecados, llegamos a pensar: "que de malo tiene mi gusto por dormir mucho, o descansar un poco, mientras no lo haga tan seguido". Aún cuando estas actitudes sean frecuentes, el perezoso tiene la firme convicción de que no le causa daño a nadie, pero, ¿esto es verdad?

La pereza es una actitud de negligencia, tedio o descuido en las cosas que estamos obligados a hacer, flojera o tardanza en las acciones o movimientos. Una persona que padece el defecto de la pereza, parecería estar condenado al fracaso sin fin, es incapaz de trabajar aun cuando su familia esté muriéndose de hambre, o de ponerse a estudiar aunque sea su única obligación.

El Cuarto Paso nos dice: "Y con genuina alarma ante el trabajo,

*permanecemos indolentes. Flojeamos y lo dejamos todo para después y a lo máximo, trabajamos a la mitad de nuestra capacidad, y a regañadientes".*

En el párrafo anterior nos damos cuenta que nuevamente el miedo hace acto de presencia para el desarrollo de un defecto. El perezoso tiene un terrible miedo a la responsabilidad y en su incapacidad para hacer las cosas, la mejor decisión que puede tomar, es no hacer nada.

Como lo hemos visto en los números pasados de la *Gaceta Unidad*, ninguno de nosotros nacimos con este tipo de defectos, ya que éstos son deformaciones de nuestros instintos perfectos; el Sexto Paso dice: "Nadie quiere quedarse parálitico por la pereza".

Una de las principales causas para

el desarrollo de este defecto es la sobreprotección de los padres, ya sea material o emocional. Los padres al hacer sentir a su hijo que tiene que hacer muy poco o nada para conseguir las cosas, le van inculcando una forma de vida tan fácil, que desgraciadamente creará que siempre será así.

En estos casos escuchamos a los padres diciendo a sus hijos: tú con que te dediques a la escuela no tienes que hacer nada más, no pongas al niño a lavar los trastes eso es para mujeres, sino puedes, deja ahí, mejor yo lo hago, entre otras cosas.

Pero son peores las acciones, la mamá, el papá o ambos, se dedican a resolverle todos sus problemas, le hacen la tarea, lo visten, le acercan todo, incluso hay casos de niños de 10 u 11 años a los que su mamá les sigue cortando su milanesa

o bistec porque el “pequeño” no puede. Estas acciones que pueden ser amorosas, si se llevan a un extremo pueden estar germinando a un futuro perezoso, porque el niño nunca aprende a enfrentar sus problemas solo.

Otra causa por la que sus padres le resuelvan todo, es por que creen que es un tonto y así lo tratan, se desesperan y lo mandan a ver la televisión o a su videojuego, mientras ellos hacen sus responsabilidades. Desafortunadamente, esto se extiende a su adolescencia y juventud. Para cuando este niño llega a la adolescencia se habrá acostumbrado a una forma de vida en donde no solo le resuelven sus problemas, sino hasta sus más mínimas responsabilidades, este ser nunca podrá madurar. Esta inmadurez se reflejará aun cuando ya haya formado su propia familia, regularmente veremos al perezoso acudir a sus padres para que le resuelvan sus problemas económicos, ya que es incapaz de mantener a su familia, la sola idea de trabajar lo aterra, para él es preferible estirar la mano.

Al parecer no hay de qué preocuparse mientras su familia esté ahí para resolver sus problemas, sin embargo, otra parte del Cuarto Paso dice: *“Este ser débil, al no poder enfrentarse a las responsabilidades de la vida con sus propios recursos, no crece nunca. La desilusión y el desamparo son su destino. Con el tiempo, sus protectores huyen o mueren, y queda solo y aterrorizado”*.

¿Qué va a hacer el perezoso cuando esto suceda?, ¿podrá enfrentar la vida con sus propios medios?, la única posibilidad de tener una vida diferente es vivir una Experiencia Espiritual transformadora.

Otra de las causantes de la pereza es la desilusión, cuando una

persona realiza su mayor esfuerzo para obtener algo: una pareja, casarse, una carrera, un trabajo, etcétera y no lo consigue, llega la frustración, si ésta es muy fuerte o se repite, pensará que no vale la pena esforzarse. Aquí debemos tener mucho cuidado, la desilusión puede ser un causante de la pereza, pero no todo el que se desilusiona se vuelve perezoso, puede ser que sólo esté sufriendo una depresión.

Llegamos a pensar que únicamente el hombre padece esta enfermedad porque sus responsabilidades son más notorias, pero este defecto también lo padecen las mujeres. Una de las características principales del perezoso es el descuido en su persona, para que se entienda mejor, la mala facha, y la mujer perezosa encaja perfectamente en esta característica: si es soltera, la vemos con poco o nada de arreglo personal y su rostro refleja el desgano por la vida; si es casada, regularmente la vemos después del medio día sucia, mal peinada y sin ningún cuidado con la ropa que se pone. Estas mujeres con frecuencia tienen su casa desordenada, a sus hijos descuidados, sucios y sin comer, además tienen poca atención hacia su marido.

Este tipo de irresponsabilidades son igualmente malignas y le causará infelicidad no solo a la mujer perezosa sino a la gente que la rodea. Para salir de este terrible estado, debe reconocer que tiene un problema y pedir la ayuda de Dios y la de otro ser humano.

Al realizar un Cuarto y Quinto Paso, nos damos cuenta de nuestras raíces y al hacer este trabajo con toda honestidad, vivimos como resultado una Experiencia Espiritual, descubrimos que Dios nos ayudará con los defectos que padecemos y nuestro padrino nos da indicaciones para comenzar a trabajar con estas debilidades.

El problema es que no solo el perezoso, sino también muchos quienes tenemos este defecto en menor grado, después de haber vivido una Experiencia Espiritual seguimos teniendo actitudes de este mal espiritual.

El Sexto Paso menciona: *“¿Y cuántas veces no trabajamos arduamente para conseguir esa seguridad y holgazanería a lo que llamamos “retirarnos de la vida activa”? Consideramos también un talento lo que hacemos para demorar lo que tenemos que hacer, y que en realidad es pereza”*.

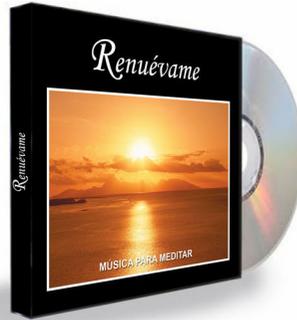
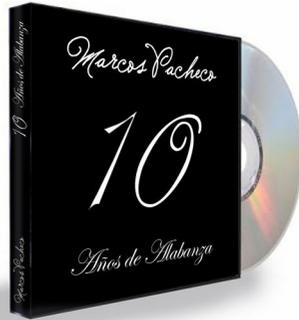
La pereza es tan dulce como la miel y tan corrosiva como el ácido, sutil pero mortal, día con día dejamos cosas para después, aun las más importantes; si no tenemos dinero no buscamos trabajo, si nuestro sobrepeso es un riesgo de salud no hacemos nada para resolverlo, si tenemos algún problema físico no vamos al doctor, etcétera; todo lo dejamos para después, así como el orgullo tiende a justificar todos nuestros actos, la pereza hace que todo lo posterguemos. Cuando no sabemos qué hacer en alguna situación simplemente no lo hacemos y preferimos perder el tiempo viendo televisión, en nuestro correo, Facebook o ver videos en YouTube. Esta situación aparentemente inofensiva, nos lleva a un inmenso cúmulo de cosas por hacer y terminamos muy estresados por esta situación.

Tenemos que darnos cuenta que la pereza es una apatía espiritual que nos va consumiendo la motivación, simplemente las cosas no nos importan, y al no realizar nuestras obligaciones, terminamos culpando a las circunstancias de la vida o a Dios por nuestra desgracia, llegamos a la autocompasión y pensando “pobre de mí”. Es por todo esto que, probablemente, sea el más mortal de los pecados.

Ahora la Central Mexicana de 4° y 5° Paso presenta:

La colección de cuatro discos originales de

## Marcos Pacheco



Precio  
por pieza  
**\$40**

Pídelos al (01 55) 57025330

Los 4 CD's  
**X**  
**\$100**



## Paco Lennon

**PRESENTA  
SU NUEVO DISCO**

*Alabanzas  
como tal...*

mail: [paco\\_lennon@hotmail.com](mailto:paco_lennon@hotmail.com)

 Paco Lennon

**Cel.: 04455 3785 3070**



**Utiliza todas las herramientas que  
la Central Mexicana de 4° y 5° Paso te ofrece**

**Contáctanos al (0155) 5702 5330**